

Listos para alimentar futuros?

FEED

N. 08

Agosto 2023



sovena

Feeding Futures

► *So Yummy* ► *Up to Date* ► **What's up?** ► *B-side*

04

So Yummy

Sabores de verano:
Recetas frescas
y deliciosas para
los días de calor



12

Up to Date

Charlamos con Joana Oom
**Directora de Sostenibilidad
del Grupo Sovena**

“Estamos comprometidos
con la sostenibilidad y con el
bienestar de las personas”

16

What's up

Conoce las noticias
y proyectos innovadores
de Sovena en las
diferentes geografías



31

B-side

Margarida Matos
El valor de las pequeñas cosas

02



Recetas para un verano especial y refrescante

El verano es una de las estaciones más emocionantes, el momento perfecto para disfrutar con la familia y los amigos, relajarse, ir a la playa, a la montaña, a las terrazas... es hora de disfrutar de los pequeños placeres de la vida. Durante las vacaciones de verano, las comidas requieren platos frescos y deliciosos. En esta sección compartimos una selección de recetas ligeras y refrescantes, ideales para los días más calurosos.

03

ENTRADA

Tabule de Quinoa

Tiempo: 1 hora

Raciones: 1

INGREDIENTES:

1 taza de quinoa en grano

1 tomate mediano cortado en daditos, sin piel y sin semillas

1 cebolla mediana picada

1 diente de ajo grande picado

3 cucharadas de perejil picado

2 cucharadas de menta picada

Jugo de 1 limón

2 cucharadas de aceite

de oliva VE

1 cucharadita de sal

MODO DE PREPARACIÓN:

Las semillas de quinoa están cubiertas por una capa de saponina, una resina amarga que, al entrar en contacto con el agua, forma una especie de jabón. Por eso, se recomienda lavarlos con agua corriente y frotarlos con las manos hasta eliminar cualquier rastro de la sustancia. Una buena manera de saber si ya está bien es probando una semilla cruda; si todavía sientes un sabor amargo, es porque la resina aún está presente.

En una cacerola pequeña, pon la quinoa y 2 tazas de agua a fuego medio. Cocinar durante 25 minutos, con la sartén parcialmente tapada, hasta que se absorba el agua. Coloca la quinoa en un bol y deja enfriar. Luego mezcla todos los ingredientes restantes con la quinoa, removiendo bien, y llévalo al frigo. Minutos antes de servir, sacar el tabulé de la nevera y dejarlo reposar a temperatura ambiente.

Consejo: Se puede servir con pan sirio y cuajada.



**PLATO PRINCIPAL**

Tallarines con salmón, piñones y requesón

Tiempo: 20 minutos

Raciones: 10

INGREDIENTES:

800 g de tallarines

1,5 kg de salmón

0,5 dl de aceite de oliva VE

250 g de cebolla picada

50 g de ajo picado

40 g de tomates secos

cortados en cubitos

600 g de espinacas

450 g de requesón

80 g de piñones tostados

cilantro al gusto

sal marina

pimienta molida

MODO DE PREPARACIÓN:

Cuece la pasta en agua con sal, escurre y reserva.

Aparte, preparar un fondo de aceite de oliva virgen extra caliente con cebolla, ajo y tomate seco.

Agregar la pasta, mezclar todo y añadir las espinacas.

Cortar el salmón en dados, sazonar con sal y pimienta molida y dorar en una sartén muy caliente sin grasa.

Agregue el salmón y el requesón desmenuzado a la pasta.

Corregir la sal y añadir los piñones.

Servir la pasta en un plato hondo y perfumar con hojas de cilantro.

Cheesecake de naranja

Tiempo: 1 hora

Raciones: 8

INGREDIENTES:

200 g de queso crema

250g de requesón

3 huevos

4 cucharadas de azúcar

2 cucharadas de jugo

de naranja

4 naranjas

80g de galletas digestive

80g de almendras peladas

4 cucharadas de aceite

de girasol

MODO DE PREPARACIÓN:

Pica las almendras y las galletas y mezcla. Agrega el aceite de girasol.

Cubre el fondo de un molde desmontable con papel vegetal y extiende la mezcla de galletas y almendras, presionando bien con los dedos.

Ralla dos naranjas y reserva la ralladura.

Exprime su zumo y reserva también.

Pela una tercera naranja sin quitar la parte blanca (más fácil con un pelador) y corta la corteza en juliana fina. Reserva. Corta la última naranja en rodajas muy finas. Reserva también.

En un bol batir bien los huevos con el azúcar.

Agregar el queso crema en trocitos hasta la mezcla quede homogénea y hacemos lo mismo con el requesón. Añade la ralladura de las dos naranjas y 2 cucharadas de zumo y mezcla todo muy bien.

Verter sobre la base de galleta y almendras y hornear en un horno precalentado a 150°C, 30 a 40 minutos.

Mientras tanto poner el zumo restante y la corteza en juliana en una sartén y dejar reducir a fuego muy lento durante unos minutos hasta que se forme un almíbar.

Cuando salga el cheesecake del horno decorar con las rodajas finas de naranja



COCKTAIL

Cocktail de pepino y apio

Tiempo: 15 minutos

Raciones: 6

INGREDIENTES:

3/5 ud de pepino

3/5 ud apio

0,6 cl de jugo de limón

1.5cl aceite de oliva VE

DECORACIÓN:

3/5 rodaja/s de pepino

3/5 hoja/s Apio

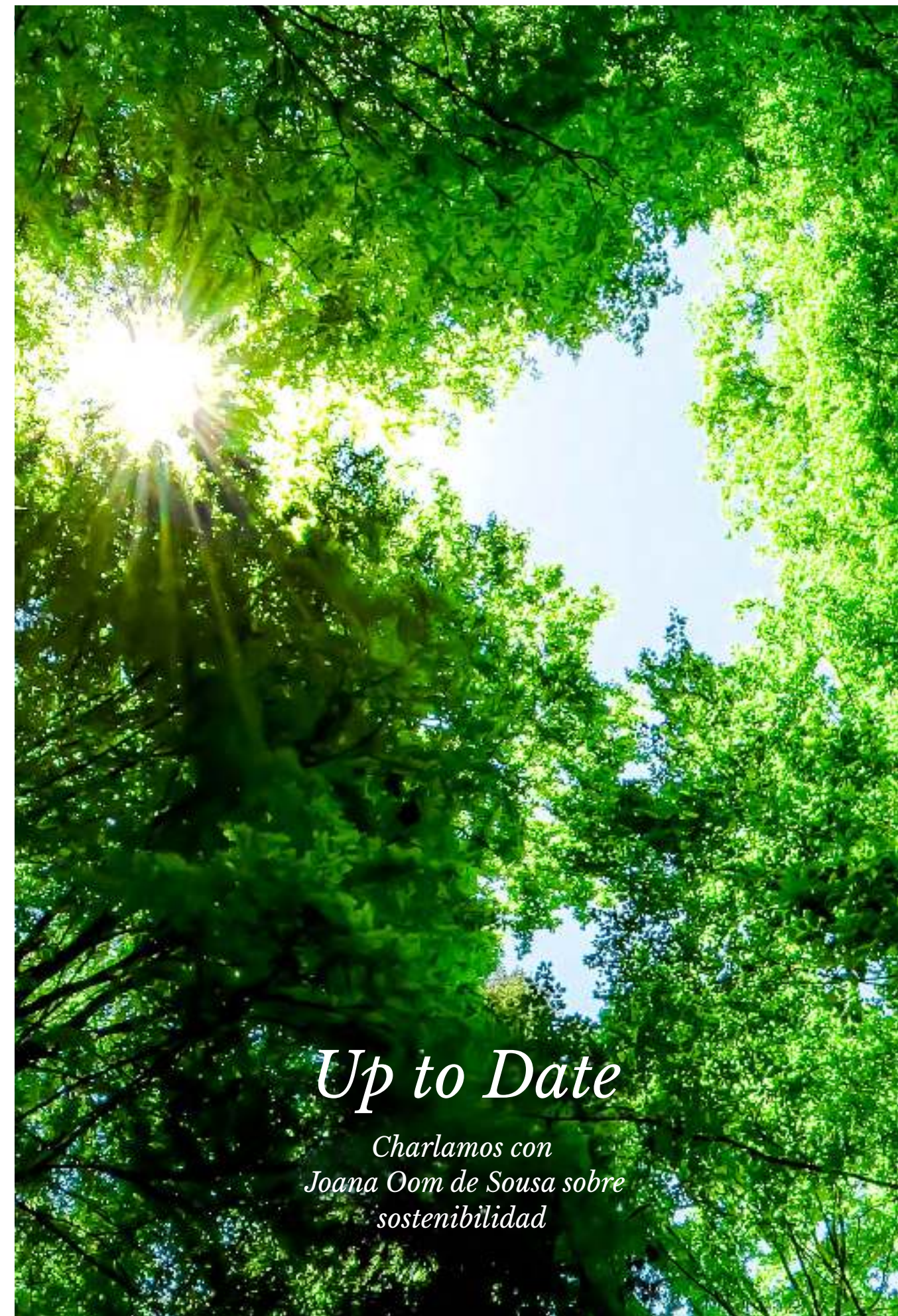
MODO DE PREPARACIÓN:

Muele el pepino y reserva.

A continuación, tritura el apio. Pon en una coctelera 9cl del zumo de cada verdura y agrega el zumo de limón y aceite de oliva VE. Añade cubitos de hielo y agita bien.

Vierte en un vaso alto y decora con rodajas de pepino y hoja de apio. Sirve de inmediato.

Sugerencia: Añadir 4cl de ginebra o vodka.



Up to Date

*Charlamos con
Joana Oom de Sousa sobre
sostenibilidad*



Hablamos con Joana Oom de Sousa
Directora de Sostenibilidad del Grupo Sovena

**“Comprometidos
con la sostenibilidad
en todas sus vertientes”**

La sostenibilidad es un tema clave en todos los sectores y, para Sovena, una empresa presente en toda la cadena de valor, esta responsabilidad es aún más relevante. Joana Oom de Sousa, Directora de Sostenibilidad de Sovena, destaca la importancia de abordar la sostenibilidad tanto en la agricultura como en la actividad industrial, culminando en un producto final que traduzca ese compromiso.

“En la agricultura, es fundamental el uso riguroso de recursos, especialmente el agua, y la aplicación de técnicas agrícolas innovadoras y sostenibles, junto con la preservación de la biodiversidad. En la actividad industrial, invertimos en la mejora continua y en proyectos de eficiencia, con foco en reducir el consumo de energía y en la transición a recursos renovables”.

Sovena está decidida a contribuir para minimizar los impactos de los desafíos globales, centrando sus acciones en las áreas donde opera directamente.

“En 2022, nuestra empresa Nutrifarms se convirtió en el primer olivarero del mundo en recibir el reconocimiento del nivel Plata de la Farm Sustainability Assessment, confirmando que aplicamos los criterios más rigurosos cuando consideramos a las personas, el planeta y los aspectos económicos”.

Sovena también se compromete a la promoción de la biodiversidad, implementando un Plan de Gestión de Valores Naturales en nuestras fincas. Además, trabajamos constantemente para reducir emisiones de gases de efecto invernadero, habiendo ya logrado una reducción de

alrededor del 10% de las emisiones de alcance 1 y 2 en comparación con 2020. Actualmente, el 100% de la energía utilizada por Sovena en Portugal es procedente de fuentes renovables. En cuanto al embalaje, la marca Oliveira da Serra obtuvo la máxima puntuación (A) en la metodología Recyclclass, que refleja el trabajo continuo de optimización de envases de la empresa.

“En cuanto a nuestras personas, que son fundamentales para nosotros, promovemos dar valor a todos y conciliar la vida profesional y personal, siendo reconocida como empresa familiar responsable.

Asimismo, invertimos en nuestras comunidades a través de diversos programas, con especial énfasis en el apoyo a la formación profesional”.

Sovena se compromete a impulsar la sostenibilidad y el bienestar de las personas, a alinear sus prácticas y acciones con la realidad actual y emergente. Joana destaca que **“el compromiso con la sostenibilidad es el corazón de nuestro negocio, y seguiremos trabajando incansablemente para crear un impacto positivo en todas las etapas de nuestra cadena de valor”.**

“Sovena está decidida a contribuir para minimizar los impactos de los desafíos globales, enfocando sus acciones en las zonas en las que opera directamente.”



SOSTENIBILIDAD

Nuestras acciones y compromisos

Nuestro Informe de Sostenibilidad 2022, disponible desde mayo, refleja el resultado de dos años de trabajo y compromiso en la construcción de nuestra estrategia de sostenibilidad: ALIMENTAR FUTUROS POR UN PLANETA PRÓSPERO Y POR PERSONAS QUE CRECEN.

Este año destacamos el trabajo cooperativo y responsable de todos nuestros stakeholders. De proveedores a clientes, pasando por nuestra gente, trabajamos juntos para

encontrar soluciones innovadoras que nos permitan superar los desafíos del mercado y garantizar el suministro y la calidad de nuestros productos.

El esfuerzo conjunto y dedicado de cada uno de nosotros es esencial para que podamos seguir promoviendo futuros sostenibles. Además de prácticas responsables y conscientes, estamos trabajando para construir un futuro donde la prosperidad del planeta y el bienestar de las personas caminen juntos.



GOING FURTHER IN OUR COMMITMENTS AND ACTIONS

Our Strategy / Feeding futures for a planet that prospers and for people that thrive

With our **five core pillars** we intend to achieve an increasingly diverse and sustainable diet, based on the best agricultural practices available and a more efficient and circular transformation. To attain it, we bring together our employees and the supply chain partners, and engage them in the purpose of feeding futures, while contributing to shape an energised community, and create consumer awareness of informed food choices and diverse diets.

To ensure the success of our strategy we rely on three **key enablers**: the highest QUALITY and the highest FOOD SAFETY standards as an imperative for Sovena's practices and a strong INNOVATION and DEVELOPMENT culture that helps us achieve our goals quickly and efficiently.

More about **the materiality assessment that underpins our strategy**.

FOR A PLANET THAT PROSPERS

PRODUCE FOOD IN A SUSTAINABLE WAY

PROCESS EFFICIENTLY, IN A LOW CARBON AND CIRCULAR WAY

FOR PEOPLE THAT THRIVES

FOSTER EMPLOYEE'S DEVELOPMENT AND CONNECTION

ENGAGE AND ENERGIZE THE LOCAL ECOSYSTEM

ENCOURAGE INFORMED FOOD CHOICES AND DIVERSE DIETS



We are engaged in contributing with our strategy and action plan, to the [United Nations Sustainable Development Goals](#), specially aligned with our strategy and which we contribute more strongly with our actions.

El informe destaca varias iniciativas implementadas durante el año pasado, cubriendo áreas como la protección de biodiversidad, eficiencia energética y, reducción de emisiones, conservación de recursos naturales, apoyo a nuestra gente y a las comunidades donde operamos y la promoción de una alimentación saludable.

Juntos, seguimos impulsando el futuro, con responsabilidad, innovación y mirada atenta hacia el mañana.

REPORT:

https://www.sovenagroup.com/media/reports/pdf/sovena_sustainability_report_2022.pdf

OVERVIEW:

https://www.sovenagroup.com/media/reports/pdf/sovena_sustainability_overview_2022.pdf

GRI INDICATORS:

https://www.sovenagroup.com/media/reports/pdf/sovena_content_index_required_under_Law_and_global_reporting_initiative_2022.pdf



Nueva campaña de Oliveira da Serra: “Escolher o Bom faz toda a diferença”

Oliveira da Serra lanzó este año una nueva campaña con el lema **“O bom faz toda a diferença”**. Con esta comunicación, que tuvo lugar en el mes de abril, la marca pretende dar continuidad a su posicionamiento y lema **“O bom, pela Terra”**. Habiendo partido de un posicionamiento basado en la sostenibilidad ambiental, en la que la marca mostró sus buenas prácticas

en cuestiones ambientales, esta campaña destacó otro pilar, el de la **sostenibilidad social**.

Oliveira da Serra continuará dotando a los aceites de oliva de la calidad a la que están acostumbrados los portugueses, que siempre podrán contar con la marca para “Escolher o Bom”. Pero la marca quiere más y busca diferenciarse. **Para ello, se compromete a contribuir proactivamente, a través de colaboraciones y consejos**, como por ejemplo, cómo luchar contra el desperdicio de alimentos, cómo gestionar los alimentos, organizar la nevera, gestionar el presupuesto familiar, hacer comidas más optimizadas, entre otros contenidos que ayudarán a la vida cotidiana de las familias. Según Loara Costa, directora de Marketing y Trade Marketing de Sovena:

“Con esta nueva campaña, Oliveira da Serra pretende estar aún más cerca de los portugueses, a través de la fomentar opciones que marcan la diferencia, ya sea en el producto que ponen en su mesa, ya sea en las decisiones para optimizar la vida cotidiana. Para eso vamos a contar con varias colaboraciones que, a través de sus áreas de actividad, pueden marcar la diferencia”.

Esta comunicación incluyó la presencia física con MUPIS a nivel nacional y autobuses en las ciudades de Lisboa y Oporto, y también en el punto de venta en diferentes formatos, papel y digital. Así como también realiza durante el año asociaciones y colaboraciones que contribuirán con contenidos para la web y las redes sociales de Oliveira da Serra.



1er Lugar en el Premio Nacional de Sostenibilidad

La marca Oliveira da Serra conquistó recientemente el primer lugar en el Premio Nacional de Sostenibilidad en la categoría Comunicación de Sostenibilidad. A través de un enfoque de 360º, la campaña tiene como objetivo sensibilizar a los consumidores sobre las prácticas sostenibles adoptadas por la marca, desde la producción hasta el envasado del aceite de oliva. Con la firma **“O bom, pela terra”**, Oliveira da Serra destaca la importancia de respetar y preservar los recursos naturales. Como líder del mercado durante 12 años consecutivos, la marca se considera responsable de contribuir a la sostenibilidad e invita a los consumidores a unirse a ella en este viaje. El mensaje central habla de construir un futuro mejor juntos, respetando la tierra y sus recursos.



Fula apoya la Campaña Solidaria “Reciclar trae futuro”

En el ámbito de las iniciativas sobre la recogida de aceites usados, Fula ha apoyado la campaña Reciclar trae Futuro, una iniciativa de la asociación APAMB. El depósito de aceites usados es hecho directamente en los contenedores colocados en las estaciones de bomberos, parroquias y otros socios de campaña, y cada institución asociada recibirá una remuneración por litro recibido. Fula contribuyó con un total de 150 contenedores personalizados con la marca que permitieron la presencia en diversas ubicaciones, aumentando así la distribución de campaña por todo el país.



Fula con los niños en el Festival Panda

Después de 13 años, Fula vuelve a patrocinar el Panda Festival, un evento que reúne a los niños y sus familias. Con el nuevo posicionamiento de la marca Fula, la marca pretende acercarse a las familias más jóvenes y también continuar trabajando en la diversidad e inclusión alimentaria. La marca estuvo presente con un espacio de activación que permitió que los niños y sus familias pudieran experimentar con el Fula!



A transformación de la golondrina más querida de Brasil

El aceite de oliva Andorinha forma parte de las mesas de las familias brasileñas desde hace más de 95 años y, a lo largo de su historia, nació un personaje importante - Dorinha - que fue presentada a la audiencia en 2011 como mascota virtual de la marca en las redes sociales y novia del Louro José en el programa “Mais Você” de Globo, uno de los programas más relevantes de la televisión del país. Desde entonces, Dorinha participó en momentos importantes de la marca y ahora está lista para asumir su papel como voz de la marca Andorinha.

Para ello, el personaje pasó por un cambio visual completo. Su transformación va más allá de su aspecto y se extiende a su personalidad, que ahora es envolvente, humanizada y dinámica. Ya en su primer día como voz de la marca, Dorinha “invadió” el Instagram @AzeiteAndorinha y se hizo cargo del control de todas las redes sociales de la marca. Además de Instagram, buscando conectarse con una generación más joven, el personaje presentó la marca en TikTok,

sumergiéndose completamente en los contenidos desde una de las plataformas más queridas por los brasileños. El Aceite de Oliva Andorinha es el primero de su segmento en crear una cuenta en esta red social y, en pocos días, ya tiene más de 29 mil seguidores, 83 mil me gusta y 7 millones visualizaciones.



Dorinha presenta nueva apariencia y asume más protagonismo en la comunicación de la marca

Proyecto Revoa 2023

Este año, el Proyecto Revoa invertirá en un proyecto social llamado Gastronomía Periférica (GP), que apuesta por la formación de cocineros en la comunidad negra, con el objetivo de equilibrar conceptos técnicos e interpersonales, convirtiéndose en multiplicadores en la lucha contra desperdicio de alimentos y agentes de su propia transformación. Estas aulas son 100% gratuitas, enfocadas en el desarrollo de habilidades técnicas y humanas, que pueden ser replicadas en todas las periferias de Brasil. Todo el trabajo de GP se basa en los ODS (Objetivos de Desarrollo Sostenible) de la ONU, que abarcan la erradicación de la pobreza, el hambre cero, la buena salud y el bienestar, la educación de calidad, igualdad de género, empleo decente y crecimiento económico, la reducción de las desigualdades y el consumo y la producción responsables. Es un proyecto de educación transformadora, alineado con los pilares de Andorinha. Nuestro papel como inversores y junto al GP es formar a 340 estudiantes en un año, en el curso de cocina profesional, añadiendo un módulo de especialización en aceites de oliva al contenido del curso.

Además, cambiaremos la etiqueta del producto para resaltar su compromiso al destinar 100% de las ganancias para acelerar negocios de impacto social y facilitar la comprensión de la consumidor durante el momento de la compra en los supermercados.



Andorinha en Taste Brasilia Festival

Este año, en mayo, Andorinha estuvo presente por primera vez en el evento gastronómico Taste Festival, en su segunda edición en la ciudad de Brasilia, como aceite de oliva oficial. Entendemos que, además de en São Paulo, donde el evento se viene realizando desde hace varios años, llegó el momento de llevar todo el portfolio a otras regiones del país. En esta edición llevamos nuestro carrito de aceite a la capital de Brasil, con degustaciones de panes, dulce de leche y quesos, además de comunicar el lanzamiento del Primera Cosecha 2023. Otra activación interesante fue una clase



exclusiva. en Papo de Cozinha, un espacio con varias aulas prácticas, donde la gente puede cocinar acompañada de un chef. Desarrollamos una clase en colaboración con el prestigioso restaurante Mocotó, del chef Rodrigo Oliveira, un gran socio de la marca. El plato principal fue cuscús con carne secada al sol en crema y aceite de oliva Andorinha Primera Cosecha con pimientos. Y de postre, mousse de chocolate con aceite de oliva Andorinha Primera Cosecha.



Un año más en APAS 2023

Un año más Andorinha estuvo presente en APAS, la Asociación Paulista de Supermercados, con un stand de 72m² diseñado para recibir a los visitantes y ofrecer una experiencia única en el portafolio de Sovena. El evento tuvo lugar en mayo, y fue un evento comercial de gran importancia, ya que clientes de todo Brasil visitan esta feria para negocios. Dentro del espacio se activó la acción "Haz tu aceite de oliva", que ofrece a los invitados la oportunidad de elegir la intensidad de los atributos sensoriales del aceite de oliva y experimentar su creación propia con una armonización indicada por nosotros. Con esto queremos reafirmar nuestro slogan de que no todos los aceites son iguales, demostrando en la práctica que diferentes combinaciones pueden ofrecer distintos aromas y sabores.



Sovena USA: reconocida Empresa del Año por la Cámara de Rome

La Cámara de Comercio de Rome seleccionó recientemente a Sovena USA como una de las empresas distinguidas como Empresa del Año en la categoría "Privada con más de 50 empleados". La empresa fue reconocida por su relevante contribución al desarrollo económico de Rome. A través de la creación de empleo, el voluntariado, la participación y la producción comunitaria, Sovena USA ha jugado un papel clave en promover la vitalidad económica de la ciudad. La empresa fue homenajeada durante la prestigiosa Reunión Anual de la Cámara, que tuvo lugar el 1 de junio.



Comprometidos en el Día de la Tierra

En el mes de abril, Sovena USA organizó su segunda limpieza anual por el Día de la Tierra. Varios empleados se unieron para ayudar a limpiar los alrededores de las instalaciones y logró recoger dos camiones llenos de residuos.

Esta iniciativa fue un verdadero éxito, demostrando el compromiso de Sovena USA con la sostenibilidad y cuidado del medio ambiente.

Los empleados mostraron un espíritu voluntario destacado, dedicado a preservar el medio ambiente local. Sovena USA, reconocida por sus prácticas comerciales sostenibles, reforzó su compromiso con la comunidad impulsando esta acción ambientalmente responsable.





Sovena instala paneles fotovoltaicos en la fábrica de Barreiro

Los tejados de los edificios de la fábrica de Barreiro está cubierto por 1600 paneles fotovoltaicos, en una superficie total de aproximadamente 6 mil metros cuadrados. Con una potencia instalada de 0,86 MW, esta central fotovoltaica permite una reducción del 17% en dependencia externa y a da continuidad a la inversión del Grupo Sovena en la transición energética.

Incremento Tanques de Aceite

En el ámbito de las distintas inversiones de la fábrica de Barreiro, en línea con el crecimiento del mercado del aceite de oliva, fue previsto un aumento de la capacidad de almacenamiento de aceite. El proyecto se desarrolló en 2 fases, iniciándose en enero de 2020 con un aumento de capacidad de almacenamiento en 1.200 m³, y un aumento de capacidad de filtración con la instalación de un nuevo filtro. A finales de Abril de 2022, se concluyó el proyecto con el aumento en más de 1040 m³. La capacidad de almacenamiento actual para aceite de oliva en Barreiro es de 2.840 m³.



Arranca la nueva planta de Sovena Angola

Sovena se encuentra en las últimas fases de montaje de su más reciente planta en Angola, con la línea de producción preparándose para una puesta en marcha completa. Esta nueva fábrica, que supone un importante hito para la empresa, tendrá capacidad para producir 36 millones de litros al año de aceites en una primera fase. La planta contará con un equipo de 13 empleados, compuesto por personal

operativo y administrativo. Estos profesionales ya finalizao su proceso de formación, están completamente preparados para enfrentar los desafíos y aprovechar las oportunidades que surgirán con este nuevo proyecto. Con la puesta en marcha de esta instalación de última generación, Sovena reafirma su compromiso con expansión estratégica y el crecimiento sostenible.



Innovador proyecto de monitorización de olores en la planta de Almada



Fue en 2015 que Sovena Oilseeds inició un proyecto para seguimiento de los olores atmosféricos en el municipio de Almada, bajo la coordinación técnica de un equipo de especialistas en calidad del aire de Nova ID de la Facultad de Ciencias y Tecnología de la Universidade Nova de Lisboa, liderado por el prof. Francisco Ferreira. El proyecto consiste en desarrollar estudios y técnicas innovadoras de caracterización de olores atmosféricas en las proximidades de la fábrica de Almada, que implicó la participación de ciudadanos y actores locales del municipio. Técnicas como olfatometría de campo, monitorización de H₂S mediante difusión pasiva y simulación de dispersión atmosférica de olores por ordenador fueron desarrolladas en el ámbito de éste proyecto. Teniendo en cuenta que la dispersión de olores varía según los parámetros meteorológicos, para apoyar los estudios Sovena ha instalado una estación meteorológica en su fábrica.



Barreiro Night Run 2023

El pasado mes de Mayo, Sovena se unió una vez más a Barreiro Night Run'23 e inscribió a 34 colaboradores. Enhorabuena a todos los atletas involucrados, año tras año cada vez somos más! Como es habitual, la prueba tiene una vertiente social y este año el 10% de la cuota de inscripción fue para en Centro Social y Parroquial de Santo André "Casa dos Rapazes". Además, Sovena también donó sus productos a esta asociación.



Formación "Descubrir el Aceite"

Mejorar el conocimiento de nuestras personas sobre una de las principales áreas de negocio de Sovena es fundamental. Por lo tanto, desafiamos al equipo de Sourcing de Aceite a impartir una formación sobre aceite de oliva para empleados de Barreiro. Hasta ahora, tuvimos más de 5 sesiones en las que participaron más de 60 empleados. Un agradecimiento muy especial al equipo de Sourcing de Portugal!



EDP Lisbon Half Marathon and Vodafone 10K

Nuestro slogan "Feeding Futures" incentiva un estilo de vida saludable y en este contexto, 19 deportistas/colaboradores de Sovena - participaron en la carrera de EDP y Vodafone.



What's up?



What's up?



Día Sovena en Familia en Portugal

El Día Sovena en Familia fue un día dedicado enteramente a quienes más nos inspiran, ¡nuestras personas! Fue un momento de compartir, con muchas sonrisas. Como parte del proceso de certificación efr, queremos tener más momentos de convivencia, momentos para compartir con las familias un poco más de lo que hacemos en Sovena, y fue con este objetivo en mente que organizamos este día. Contamos más de 200 personas en esta primera edición del Día Sovena en Familia y para el próximo año, esperamos volver a repetirlo!





Linkedin

En el año 2023, hemos estado trabajando en nuestro Employer Engagement, a través de una estrategia de inversión en LinkedIn, por la que periódicamente damos a conocer lo que hacemos en Sovená. Esta estrategia aborda dos grandes áreas: valorar y dar reconocimiento a nuestra gente y, al mismo tiempo, atraemos nuevos talentos. Contamos con todos para que os unais a nosotros en:



<https://www.linkedin.com/company/sovena/>



B-side

MARGARIDA MATOS

Área de Legal & Corporate

El valor de las pequeñas cosas

Margarida Matos trabaja en Sovena desde hace 7 años, en el área Legal & Corporate, donde se siente feliz porque valora su trabajo y se identifica con los valores familiares de la empresa. Siente que la Dirección está comprometida y empatiza con todos, reconociendo que los empleados no son sólo empleados, son personas. Este compromiso fue particularmente evidente durante una etapa difícil de su vida. "Después de la repentina pérdida de mi padre, una nueva palabra entró en mi diccionario: re-significar, intentar dar un significado positivo a todo lo que nos sucede, y sin duda la perspectiva de la vida e increíblemente de las cosas más pequeñas, cambia radicalmente cuando escuchas en una sala de la UCI que una de las personas más importantes de tu vida se irá en muy poco tiempo. Todo cambia, la vida cambia, cambia la perspectiva, cambiamos nosotros", dice Margarida. Esta experiencia transformó de golpe todos los aspectos de su existencia. Ella aprendió de la manera más difícil lo que

realmente importa -el presente, el “hoy”- porque es el único momento garantizado que tenemos.

Margarita ahora aprecia más las pequeñas cosas de la vida, un gesto, un momento, sin esperar el incierto “mañana” que tal vez ni siquiera llegue.

“Siempre he estado muy influenciada por mi padre. Escribo y leo mucho, escribo sobre cosas que escucho, historias que me cuentan, que he visto u oído, o simplemente sobre pensamientos o sentimientos que tengo, y cuando mi padre murió decidí liberar esa pasión que alimentó toda su vida en mí” — menciona Margarida. Fue entonces cuando escribió un libro con el título “Decidí vivir el día en que supe que iba a morir” donde cuenta una historia de amor, intensa y apasionada. La parte más hermosa de este proyecto es que los derechos de autor revierten al 100% a una causa social: la Asociación Nacional de Cuidadores, una organización formada por voluntarios, que se unieron a esta causa para ayudar a otros.

Desde la publicación del libro, Margarida ha vivido



experiencias y momentos muy gratificantes, y ha participado en numerosas presentaciones y eventos. Le gustaría escribir más e incluso ha recibido algunas propuestas para escribir textos para otros libros y hasta crónicas para un periódico digital.

Como nota final, Margarida nos deja una reflexión: no es necesario perder algo o a alguien para que elijamos vivir, relativizar y disfrutar de la vida, nadie sabe si este minuto es realmente el último, pero ¿y si lo es? Que haya valido la pena”.





**¿Quieres participar
en la próxima edición
de FEED?**

Envía tus sugerencias e ideas a
marketing@sovena.pt

APENAS PARA USO INTERNO